

Bērnu un jauniešu centrs “Laimīte”

Vēsma Vītola

„Iztēles attīstīšana nospiedošā datorlaikmetā”

2021

SATURS

Ievads	3
Darba izstrādes pamatojums	3
Laikmetu atšķirības	4
A.Einšteins „Jāt uz gaismas staru”	4
Ko katra krāsa parāda dvēselē	4
Kas īsti ir krāsas? Vai varam tās izmantot, lai uzlabotu savu dzīvi?	4
Mērķis	7
Mērķauditorija	7
Radoši uzdevumi mākslas nodarbībām	7
Secinājumi	10
Nobeigums	10
Izmantotā literatūra	13
Pielikumi	14

IEVADS

Ūdensvīra laikmeta filozofija

Ar ko atnākušais Ūdensvīra laikmets atšķiras no nesen aizvadītā Zivju laikmeta? Ko principiāli jaunu tas dos mums, cilvēkiem?

Patiesībā neviens precīzi nezina, kad īsti šī ēra sāksies (varbūt jau ir sākusies). Vairākums astrologu ir vienisprātis, ka sākums ir 2003.gads. Taču ir arī citi viedokļi, visbiežāk izteikts, ka laikmetu maiņa notikusi jau 2001.gadā, citi uzskata, ka tas bijis 2015.gadā, vēl citi apgalvo, ka lielās pārmaiņas vēl tikai priekšā - 2100.gadā un pat vēl vēlāk - 2376.gadā. Pašu tālāko laiku - 2614.gadu - min ASV astrologs Alans Miss. Taču, ja piekrītam profesionālo astrologu vairākuma viedoklim, jāatdzīst, ka cilvēce jau iegājusi Ūdensvīra laikmetā. Iegājusi, nesot sev līdzīgu iepriekšējā Zivju laikmeta skumju un asaru nastu. Tāpat kā iepriekšējo laikmetu nomainīja, arī šī notika dabas kataklizmu, nelaimes gadījumu, cilvēku masveida bojāejas, pieaugoša satraukuma un nedrošības gaisotnē. Vairākumam ļaužu, apzināti vai neapzināti, radās izjūtas, ka viņiem pastāvošajos dzīves principos kļūvis par šauru, ka laiks kaut ko dzīvē, domās un rīcībā var mainīt. Savas pastāvēšanas divtūkstoš gados nobriedusī cilvēce kā vēl nekad sajutusi pasaules globālo transformāciju, kuras daļa tā ir.

Darba izstrādes pamatojums

Jau vairākus, lai neteiktu daudzus, gadus manī trauksmi rada visapkārt valdošās tendences. Uz darbu braucu tramvajā, kurā jūtos kā ieslodzītā vagonā - visi melni tērpti. Vēl satriecošāk, kad ieraugu kā zīdaiņus māmiņas stumj tumšos ratiņos. Cik radoši mēs esam ikdienā krāsu izvēlē apģērbā, aksesuāros un tamlīdzīgi?

Krāsu psiholoģija ir balstīta uz garīgo un emocionālo ietekmi uz cilvēku, visās dzīves jomās. Vai zinājāt, ka apkārtējā vide var ietekmēt emocijas un noskaņojumu? Vai esiet ievērojuši, ka dažas vietas īpaši atstāj ietekmi uz tevi? Piemēram, dažās telpās var justies vairāk relaksēts un mierīgs, bet citās izjust nemieru. Pastāv liela iespēja, ka šajās telpās lielu daļu spēlē tieši krāsas.

Mums katram ir savs viedoklis par krāsām. Ikvienu krāsas ietekmē bieži vien vairāk nekā aptveram ar prātu. Krāsas ir cieši saistītas ar visu mūsu dzīvi. Tās ieņem nozīmīgu vietu arī valodā. Krāsas bieži izmantojam, lai raksturotu fizisko pašsajūtu, izjūtas vai attieksmi, pat garīgo pieredzi.

Mākslas terapija saista cilvēka emocionālo stāvokli ar konkrētām krāsām. Krāsas var ietekmēt cilvēka garīgo un fizisko stāvokli. Piemēram, pētījumi liecina, ka dažiem cilvēkiem pie sarkanās krāsas sāk paātrināties sirdsdarbība, kas pēc tam noved pie papildus adrenalīna, kas tiek iepludināts asinsritē.

Laikmetu atšķirības

Aizvadītais Zivju laikmets prasīja no cilvēkiem pašuzturēšanos un nereti - svešas idejas, arī svešas dzīvības. Ūdensvīra laikmeta iezīme ir personības garīgā izaugsme, sava konkrētā dzīves uzdevuma izpilde.

Ja Zivju laikmeta galvenā ideja bija atbrīvošanās no grēkiem caur ciešanām, tad Ūdensvīra laikmeta prioritāte ir laime, labestības un harmonijas veidošana sevī. Aizvadītajā laikmetā cilvēks bija atkarīgs no sociālajām grupām un noteiktajām morāles normām, jaunais laikmets nes brīvību un neatkarību, iespējas pašam meklēt savu ceļu un dzīvot atbilstoši Visuma likumiem.

Zivju laikmetā pastāvēja reliģiskā neiecietība un fanātisms, bet Ūdensvīra laikmets stāvēja pāri konfesijām un neieklājas reliģiskajās dogmās. Ja Zivju laikmetā tautas bija sadrumstalotas, tad Ūdensvīra ēra nes sev līdzīgu globalizāciju.

Zivju laikmets deva cilvēcei cerību uz bezgalīgu visu grēku piedošanu, Ūdensvīra laikmets prasa no cilvēka atbildību par saviem vārdiem, domām, emocijām un rīcību. Ģimenē aizvadītajā laikmetā valdīja patriarhāts, jaunais laikmets iestājās par vienlīdzību.

Pagājušajā laikmetā cilvēka galvenais uzdevums bija cīnīties ar savu tumšo pusi un uzvarēt drakonu sevī, Ūdensvīra laikmetā primārā ir cilvēka iekšējā harmonija un augstākā garīguma attīstība.

Zivju laikmets bija Ticība. Ūdensvīra laikmets ir sapratne. Zivju laikmetā dominēja zinātnes un reliģijas dogmas, Ūdensvīra laikmets dos cilvēkiem jaunu informāciju (tik, cik gribēsim sadzirdēt un pieņemt) un, pats galvenais, līdz šim no cilvēkiem slēptās Zināšanas.

A. Einšteins „Jāt uz gaismas staru”

Alberts Einšteins piedzima 1879.gada 14.martā Vācijas pilsētā Ulmā ebreju uzņēmēja Hermana Einšteina un viņa sievas Paulīnes ģimenē. Bērnībā viņš ilgi nerunāja, un pat radās aizdomas par garīgu atpalicību.

Skolas gados Einšteinam pagalam nepadevās mehāniski iegaumējamie mācību priekšmeti, piemēram, svešvalodas. Turklāt viņš mēdza ātri aizsvilties - dusmu brīžos meta pa gaisu lineālu, zīmuļus, burtnīcas. Ģimenē viņu bez ļaunuma sauca par *der depperte*, kas no vācu valodas tulkojams kā letargiskais vai padumjais. Toreiz nevienam pat prātā nevarēja ienākt, ka no šā bremzēta zēna izaugs ģēnijs.

“Man nav nekādu īpašo talantu. Esmu tikai ļoti zinātkārs,” atzina Einšteins, kurš parasti savus eksperimentus veica prātā un vēlāk tos demonstrēja zīmējumu formā.

Alberts Einšteins apgalvoja, ka iztēle ir svarīgāka nekā zināšanas. “Analizējot sevi un savas domāšanas metodes, es nonāku pie secinājuma, ka talants fantazēt man ir bijis nozīmīgāks nekā talants uzsūkt zināšanas.”

Interesanti, ka savu revolucionāro teoriju par relativitāti viņš atklāja, kad iztēlojās, ka jāpārvietojas uz gaismas stara.

“Ierobežodams savas vajadzības līdz minimumam, viņš vēlējās paplašināt savu brīvību, savu neatkarību. Mēs taču esam miljonu priekšmetu vergi, bet Einšteins centās to atkarību samazināt līdz minimumam.”

Vispirms apsveriet divus “i”, kas nāk no dvēseles: iztēle un izpratne. Tad pievienojiet tādus komponentus kā sirdsapziņu un radošās spējas.

Ko katra krāsa parāda dvēselē.

Baltā- šķīstība, skaidrība, nemierīgums.

Sudraba- ētiskums, atbildība, elastīgums.

Sarkanā- kaisle, spraigums, jutīgums.

Oranžā- pārpilnība, impulsivitāte, attīstība.

Dzeltenā- aizsargājoša, spēks, drosme.

Zaļā- piezemētība, iecietība, čaklums.

Zilā- zināšanas, piedošana, atklāsme.

Violetā- gudrība, patiesība, dievišķums.

Melnā krāsa ir vai nu sabojāta, sapostīta, vai arī samaitāta negatīvo dvēseles enerģija, kas pārsvarā redzama dvēseļu atjaunotajos centros.

Par krāsu slimību ārstēšanā Maikla Ņūtona „Dvēseļu ceļojums” 239.lpp.

Kas īsti ir krāsas? Vai varam tās izmantot, lai uzlabotu savu dzīvi?

Gaisma rada krāsu un formu. No zinātnes viedokļa, gaisma ir elektromagnētiska enerģija, ko rada saules starojums dažādos viļņu garumos. Kad šie elektromagnētiskie viļņi *atlec* no priekšmetiem un atstarojas mūsu acīs, mēs sajūtam gaismu. Viss, ko redzam, ir gaismas atstarošanās rezultāts. Zema gaismas viļņu frekvence reģistrējas smadzenēs kā sarkanā krāsa. Violetā krāsa ir gaismas viļņu augstas frekvences rezultāts.

Katram objektam ir raksturīga molekulārā uzbūve un pigmentācija, tāpēc gaismas stari sajaucas, absorbējas un atstarojas dažādos ātrumos un intensitātēs. Objekti, kas šķietami ir tumši, absorbē vairāk gaismas staru, tādēļ mūsu acīs tie atstarojas kā tumšāki.

Gaismas viļņi maina ātrumu, pārvietojoties no viena veida matērijas uz citu. Piemēram, gaismas ātrums ūdenī ir lēnāks nekā gaisā — zīmulis glāzē ar ūdeni izskatās laužts, roka, iegremdēta ūdenī, izskatīsies lielāka. Šīs vizuālās izmaiņas notiek, jo gaismas viļņi, šķērsojot ūdens virsmu, lūst.

Krāsa atstāj iespaidu uz Tavu izvēli... Krāsu simbolisms ir krāsu izmantošana, kas ataino tradicionālas, kulturālas vai reliģiozas idejas. Izvēloties krāsas balstoties uz simbolismu vai psiholoģisko ietekmi dod iespēju izmantot tās jebkurā jomā no web un grafiskā dizaina, līdz mājas interjeriem un apģērbam. Avots: <http://devini.com/krasu-nozime-simboli/>

Krāsa ir iespēja, kā vienkāršiem līdzekļiem un toņu salikumiem var veidot vidi sev apkārt. Atrast īsto krāsu nav viegli, tas ir sarežģīts un laikietilpīgs ceļš,» uzskata dizainere. Vīva Ieviņa, interjera dizainere, biroja *Vīvas dizains* vadītāja

Pazīstamais režisors Alvis Hermanis intervijā ir teicis: „Grāmatu lasīšana tiek uztverta kā milzīgs sods. Bet nav viņiem ko pārnest, jo viņiem smadzenēs grāmatu “fails” ir interneta izoperēts. Dabūt bērnus pagalmā spēlēties - tas jau ir varoņdarbs.”

Radošajā vizuālajā mākslā, stāvoklis nav tik traģisks. Var sastapt ļoti radošus bērnus, bet nenoliedzami, ir arī tādi, kuri paši nevar radīt ideju, lai tālāk, jau vizualizējot, liktu lietā savu iztēli.

Baidos, ka pēdējo gadu situācija burtiski piespiež neatkāpties no interneta. Tādēļ es mēģinu rast risinājumus dzīvēs, radošās iztēles aktivizēšanai.

Tēls. Tēlot. Iztēle. Iztēloties. Radošā iztēle. Tā varētu turpināt. Pat no morālās, ētiskās puses, tāda ļoti nozīmīga izpausme kā empātija. Tā ir nesaraujami saistīta - iztēle un empātija. „Dvēseles ir dailes iztēles un radošu spēju izpausme” (*Maikls Ņūtons*).

Dīvtūkstošajā gadā, bet ar katru gadu arvien vairāk, īpaši 2020., 2021. gada situācijas objektīvi piespiež dzīvot, strādāt attālināti, izolēti noteiktos režīmos un likumu ietvaros. Tāpat, nospiedošos datoru ēras apstākļos.

Kaut arī vāji pārvietojamies, esam „sabiedriski” pat ielās, transporta līdzekļos redzama melna aina, jo pat pirms pandēmijas cilvēkiem, īpaši jaunajai paaudzei šķiet ļoti ērti visu pirkt, pārdot, „dzīvot” internetā. Pie kā tas noved? Cilvēka radošā darba domas, modes utt. apsūkuma. Jauniešiem patīk viss tas, kas patīk visiem jauniešiem, kuri internetā var pasūtīt, nopirkt vienveidīgas lietas.

Man, kā pagājušā gadsimtā dzimušai, augušai, izglītību ieguvušai – tas sen jau rada trauksmi. Šī cilvēku radošā gara, radošās iztēles masveida, nebaidos teikt - iznīcināšana. Savā profesionālajā darbībā vienmēr esmu respektējusi emocionālu krāsu uztveri.

Tādēļ izvēlējos dalīties pieredzē par atziņām, izmantotām darba tehnikām un iepazīstināt interesentus ar tēmām, paņēmieniem, izmantojamām tehnikām, materiāliem, kas kalpo par iespēju attīstīties iztēlē faktiski jebkurā vecumā.

Mērķis

Mana darba mērķis ir atdzīvināt veselīgu, radošu dzīves uztveri, vides radīšanu, māksliniecisko darbību vizuālās mākslas nodarbībās, un atmodināt jaunajā paaudzē krāsu prieku.

Mana vēlēšanās, lai mēs veicinātu psiholoģiski pozitīvu bērnu un visas sabiedrības noskaņojumu, brīvas, pozitīvas, atsaucīgas, dzīvespriecīgas psihe veidošanās nobriešanu. Atceramies, mēs katrs esam atbildīgi un varam palīdzēt iesēt katrā cilvēkā gaismu, veidojot tās par gaismas dvēselēm.

Maikls Ņūtons ir teicis: „Vispirms apsveriet trīs “ī”, kas nāk no dvēseles: iztēle, intuīcija un izpratne. Tad pievienojiet tādus komponentes kā sirdsapziņu un radošās spējas.”

Mans darba mērķis ir arī atmodināt cilvēkos krāsu prieku. Vai izmantotā Airisas Apfelas filozofija nelielā aizdomāties, kā šai māksliniecei izdodas nodzīvot 99 gadus un būt veiksmīgai, šogad 29.augustā viņai būs 100-tā dzimšanas diena? Jā, viņas dzīve ir noteikti apliecinājums krāsu psiholoģiskai iedarbībai! Atkal ņemu talkā Maikla Ņūtona atziņu – „Mērķis ir izraisīt empātiju un mācīt dvēseli!” Es teiktu - daudzas dvēseles. Un tas mums, pildot skolotāja misiju - augstvērtīgi, kvalitatīvi, pēc labākās sirdsapziņas, jāņem vērā, jāsaprot un jārealizē pašiem!

Metodiskā darba **uzdevumi**:

1. Apkopot informāciju par iespējam mākslas pedagogiem kļūt par radošu dvēseļu veidotājiem.
2. Piedāvāt praktiski izpildāmus iztēli veidojošus un rosinošus uzdevumu variantus.

Mērķauditorija: Vizuālās un vizuāli plastiskās mākslas pedagogi vispārējā un interešu izglītībā, kā arī citi interesenti.

Radoši uzdevumi mākslas nodarbībām

Uzdevums Nr.1. „Krāsojam mājas”

Šim uzdevumam var būt vairāki apakš uzdevumi, varianti.

1. Vienkāršas mājas, vienkāršas formas, uzkonstruējams, uzzīmējams, bet- neparasti izkrāsojam. Gatavojām skicēti, varam aplicēt, realizējam.
2. Uzzīmējam reālu ielu, ielas stūri, kādu sabiedriskas nozīmes ēku un veidojam citu, jaunu, interesantāku objektu krāsojumus, veidojam jaunu dizainu, papildinām ar jauniem dizaina elementiem - lielformāta fotogrāfijām, instalācijām, modernām skulpturālām formām utt.
3. Zīmējam, plānojam neparastas pilsētas, vides un objektu realizācijas. Tās var būt ēkas kosmosā, zemūdens valstība, izmantojam kalna reljefu, pilsēt būvniecības. Un vēl daudz citu visneiedomājamākos piedāvājumus.

Šos uzdevumus lieliski var izmantot trīs dimensiju, telpiskiem uzdevumiem.

“Ideja ir kā gaismas kopija: tā rada formas attēlu, kas pēc tam magnetizējas un liek fizikālajai enerģijai ieplūst šajā formā, galu galā izpaužoties fiziskā veidā.” (Šakti Gavaina).

“Radošās vizualizācijas galīgais mērķis - katru mirkli padarīt par brīnišķīgu jaunradi, kurā mēs pilnīgi dabiski izvēlamies vislabāko, visskaistāko, vispiepildītāko, ko varam iedomāties.” (Šakti Gavaina).

Uzdevums Nr.2 „Krāsainais kosmos”

Vai esat kopā ar bērniem zīmējuši kosmosu dienā? Tēma „Kosmos” ir bijusi pat konkursos, paši esam uzdevuši kosmosa tematikai veltītus uzdevumus. Pārsvarā šajos darbos visi attēlo Zemeslodi, vismaz tās daļu, Sauli, Mēnesi, Saturnu un nedaudz citas planētas, kādu raķeti, kosmosa kuģi uz tumša fona.

Vai kosmos vienmēr tumšs? Zināms, ka pat saules ir vairākas? Lai gan lielākā daļa cilvēces dzīves laikā nav bijusi kosmosā, toties mēs varam iztēloties, iedomāties arī gaišu, ļoti krāsainu kosmosu. Mēs zinām, ka tas ir bezgalīgs un, ka tur var eksistēt ļoti gaišas, krāsainas planētas, gāzu miglāji, ļoti daudzkrāsaini enerģiju apveidi, mākoņveidīgi enerģiju sabiezinājumi utt.

Varam dot uzdevumu attēlot izplatījumu ar vairākām saulēm, gaismu izstarojošiem un planētas atstarojošām krāsainām gaismām. Jādod vaļa iztēlei un krāsu priekam!

Impresionisms un fovisms - ar tīriem krāsu laukumiem. Dažnedažādi stili un tehnikas. Atklāt jaunu kosmosu - protams, palīdzēs grāmatās pieejamās publikācijas un ieskatīšanās arī internetā. Pamēģinām! No nakts uz dienu!

Uzdevums Nr.3 „Modificēti selekcijā iegūti dārzeni”

Šobrīd nemaz nav īpaši jāiztēlojas, jāiedomājas neparasti dārzeni un augļi. Tas ir, netradicionālās krāsās, selekcijās izaudzēti dažādi, it kā nedabīgās krāsās, augļi un dārzeni. Es izmantoju vārdu „modificēti” - plašāk dzirdēts vārds. Tagad biežāk aiziet uz lielveikaliem, pat tirgu, kur tiek tirgoti dažnedažādi „nepareizi”, neparastas krāsas formas dārzeni un augļi.

Var rosināt uzmanīgi pavērot sēklu tirgotavās arī sēklu iepakojumu, uz kuriem redzamas fotogrāfijas - krāsainas, lielformāta - kāda būs izaudzētā produkcija.

Protams, var iegādāties retos eksemplārus un veidot uzstādījumus uz vietas, bet var arī pilnīgi brīvi ļaut vaļu fantāzijai un katrs autors savā darbā rada tādus selekcijas brīnumus uzzīmējot!

Tādus darbus pamatā strādājam ar tīrām krāsainām līnijām, ko bērni labprāt pielieto. Vairāk jāturas pie fovisma stila, tīra un katrs laukums apvilīts ar fovisma pamatkrāsām.

Uzdevums Nr.4 „Pretkrāsu izmantošana radošajos darbos”.

Pretkrāsu pāri vienmēr ļoti labi izskatās, ir kontrastaini un tos var izmantot radošajos darbos iztēles attīstīšanai, gaumes izkopšanai, fantāzijas līdzinājumam un priekam, “dzīves svinēšanai”.

Pamatā izmantojam pamatkrāsu pārus. Sākotnēji varam aicināt bērnus „ieraudzīt” cik pretkrāsas ir dzīvespriecīgas un saskanīgas. Mazajiem zīmētājiem varam iedot vienas krāsas pamatlapu (no pretkrāsu pāra, nevis baltu) un zīmējamās krāsas, līdzekļus, piederumus - no otras pretkrāsas (ieteicams - krītiņi vai guaša - sedzošās krāsas).

Bērnam pieaugot, līdzīgi var dot aplicēšanas uzdevumu. Kad jau protam ieskicēt, saplānot zīmējumu utt., tad jau ieteicams sākt uz baltas lapas, iezīmējot priekšmetus, ainavu, uzstādījumus, portretus utt.

Nav tādas tēmas, ko nevarētu pildīt šādā tehnikā. Pamatā ēnas ir vienā pretkrāsā, bet pārējais zīmējums - otrā pretkrāsā. Papildus meklē dažādus toņus, intensitāti, bagātīgu gammu toņus. Uzdevuma veikšanai vecums nav noteicošs, var padoties viegli un saprast pat pensijas vecuma cilvēkiem.

Uzdevums Nr.5 „A la Airisa Apfela”

Kā panākt atraisītību modelējot, praktiski kombinējot, izvēloties sev apģērbus? Kā panākt drosmīgu krāsu izvēli zīmējot modeļus, panākt zīmējumos attēlotas pavisam citas tendences, atšķirību no tā, kas valda praktiskajā dzīvē?

Es piedāvāju veidot tērpu līniju “A la Airisa Apfela”! Gan zīmēt, gan aplicēt, gan atlasīt “Second hand” veikalos un vēl daudzi citi iespējamie varianti.

Ne visi audzēkņi, studiju dalībnieki u.c. pazīst, zina un ir iedziļinājušies pazīstamās amerikāņu stilistes Airisas Apfelas uzskatos par modi, tendencēm, ieteikumos un viņas pašas - par modes ikonu godātās ģērbšanās stilu. Airisa uzskata, ka stils - tā ir attieksme. Viņas ieteikums - cilvēkam savu stilu, tēlu vajag pasniegt, iznest ar pārliecību. Ja kādreiz gadās kāda kļūda, nevajag par to pārdzīvot, jo tas ir tikai apģērbs.

Mums, pedagogiem, vēl jo vairāk vajag dot atbalstu zīmētājiem - tas ir tikai zīmējums. Radošs zīmējums, mēģinājumi, kuri būs vēl un vēl. Uzsākot šo tēmu, var izmantot dažādas pieejas. Viena no tām iespējām - iepriekš neskatoties materiālus ar Airisas fotogrāfijām utt., sākt no nulles, neskatoties nekā, lai neietekmētos, nešpikotu, bet balstoties uz zināšanām par krāsām, pretkrāsu izmantošanas principu radošajos darbos. Tad pēc tērpu modelēšanas, skatīties, salīdzināties ar Airisas stilu. Cik esam kreatīvi, radoši, izdomas bagātīgi un dzīvespriecīgi? Vai varam kļūt par Airisas domu biedriem?

Kādēļ to vajag? Esam aizmirsuši, ka krāsām ir savas vibrācijas un enerģija. Un krāsas var uz mums pozitīvi iedarboties un palīdzēt psiholoģiski, kā arī var darboties pretēji. Tumšās krāsas jau gadiem valda pār mūsu prātu un psihi.

Uzdevums Nr.6 „Nepareizā realitāte”

Esot plenērā, kā arī telpās, varam dot uzdevumu - ar mainītām krāsām, izkrāsot dabas skatus. Kā liecina šī uzdevuma nosaukums „Nepareizā realitāte”, pareizāk būtu „Ne tik ierasta realitāte”. Dot uzdevumu mainīt dabā pastāvošās krāsas (tai vidē redzamās) ar pretējām krāsām. Ja godīgi, pasaulē un dažādos gadalaikos, diennakts stundās, mēs atradīsim vis neiedomājamākās nokrāsās. Pieņemsim, dienā, mūsu platumu grādos, ka mainām tradicionālos stereotipus. Debesis, jūras un ūdeņi zili, koki zaļi. Visciešāk pie šiem vienkāršotajiem izpildījumiem parasti pieturas ne - mākslas cilvēki - vecāki, kuri, kad aplūko bērnu darbus, bieži ir neizpratnē - kāpēc ūdens ir lillā vai dzeltens utt.

Tātad mainām kvalitāti. Vieglākais ir debess zilo samainīt ar zaļo utt., bet tas tomēr jau sāk parādīties dažādās tonalitātēs, jo sākotnēji grib paturēt 1:1 krāsu intensitāti, bet jo vairāk strādā, jo vairāk attīstās radošums, iztēle, kad tiek meklētas gaismas, krāsu spektri, gaismēnas, vibrācijas. Sarkana jūra, zaļas debesis, gaišzili, violeti koki, dzeltena zāle - tā ir neparasta redzēta glezna katru dienu!

Secinājumi

1. Ikviena indivīda radošuma izpausmes ir sastopamas ikdienā gan sadzīvē, gan dažādās darba dzīves jomās.
2. Radošās iztēles attīstība var notikt neatkarīgi no vecuma.
3. Radošās iztēles attīstībai ir ļoti daudz iespēju. Metodiskajā darbā tikai pamatvilcienos ieskicētas tēmas pedagogam ierosmei, bet dotās idejas var attīstīt tālāk.
4. Bērniem ļoti patīk un padodas uzdevumi „Krāsainais kosmos”, „Krāsojam mājas” un „Nepareizā realitāte”.
5. Par labu piemēru dzīves kvalitātes sekmēšanai izmantojama Airisas Apfelas filozofija.

Nobeigums

Realitāte kā tāda... nepastāv?

Vēl pirms pāris gadsimtiem cilvēkiem šķita, ka zinātne un ticība Augstākajiem Spēkiem vienmēr stāvēs barikāžu pretējās pusēs. Taču pēdējā laikā šie it kā nesamierināmie oponenti acīm redzami sākuši virzīties viens otram pretī: te pavīd sensacionāla ziņa, ka zinātniekiem izdevies aprēķināt dvēseles

svaru, te atkal izrādās, ka nekāda objektīvā realitāte vispār neeksistē! Fantastika? Nepavisam.

Elektroni “gaišreģi”

1982.gadā Parīzes universitātes pētnieku grupa Alana Aspekta vadībā, apkopojot veikto pētījumu datus, ieguva rezultātu, kas pilnībā apgāza Einšteina postulātu, ka gaismas ātrums ir jebkura priekšmeta maksimālais pārvietošanas ātrums. Izrādījās, ka noteiktos apstākļos elementārdaļiņas(piemēram, elektroni) spēj savienoties momentāni neatkarīgi no tā, cik tālu cits no cita atrodas. Neizprotamā veidā jebkura daļiņa katrā laika momentā zina, ko dara citas daļiņas. Bet tas, jāteic, dod prātam neaptverošas perspektīvas: gaismas ātruma pārsniegšana dod iespēju pārvarēt laika barjeru, kas savukārt vedina uz domām, ka tagadne, nākotne un pagātne eksistē vienlaikus.

Zinātnieki arī noskaidrojuši, ka daļiņa ir lietas kursā ne tikai par to, kas notiek konkrētajā mirklī. Piemēram, ja elektronu plūsmu novirza uz mērķi un pa ceļam izmēra kāda atsevišķa elektrona raksturojumus, atklājas apbrīnojama lieta: šī daļiņa jau iepriekš zina, ka to gaida sadursme ar šķērslī, proti, tā jau iepriekš zina, kas to gaida nākotnē.

Visums ir tikai... ilūzija

Pamatojoties uz Alana Aspekta grupas iegūtajiem datiem, Londonas universitātes fiziķis Deivids Boms piedāvāja kardināli jaunu pieeju pasaules izpratnei. Zinātnieks izvirzīja teoriju, ka tik ierastā realitāte vispār neeksistē, ka, neraugoties uz tās acīm redzamo blīvumu, pamatu pamatos Visums ir tikai ilūzija- neiedomājami liela izmēra hologramma.

No kurienes šāda pieeja? Hologramma ir ne tikai objekta trīs dimensiju fotogrāfija, kurā redzamais šķiet tik reāls, ka gribas pataustīt. Apejot zinātniskus skaidrojumus, var teikt tikai to, ka hologrammai piemīt apbrīnojamas īpašības: katra tās vieta, katrs punkts satur informāciju par visu objektu kopumā. Piemēram, ja ar lāzera staru izveido, teiksim, tējkannas hologrammu, tad, atdalot no iegūtā attēla snīpi un paskatoties tikai uz to, tik un tā redzama visa tējkanna, tikai mazāka.

Tieši hologrammai piemītošās īpašības, kuras var raksturot kā “viss katrā atsevišķā punktā”, kļuva par pamatu cilvēces saprātam tik biedējošai teorijai. Boms ir pārliecināts, ka elementārdaļiņas cita ar citu jebkurā attālumā mijiedarbojas ne jau tādēļ, lai apmainītos ar kaut kādiem signāliem. Te lieta pavisam cita: arī daļiņu savrupība patiesībā ir tikai ilūzija. Kaut kādā daudz dziļākā realitātes līmenī šīs daļiņas ir nevis nošķirti objekti, bet kaut kā daudz nozīmīgāka faktisks turpinājums, atspoguļojums.

Lai saprotamāk izskaidrotu savu teoriju, Boms piedāvā iztēloties ārpus redzeslauka esošu akvāriju ar vienu vienīgu zivtiņu. Toties acu priekšā ir divi ekrāni, uz kuriem tiek raidīti attēli no divām kamerām: viena rāda akvāriju no priekšpuses, bet otra - no sāniem. Skatoties ekrānos, var nodomāt, ka katra

zivtiņa ir atsevišķs objekts. Taču, uzmanīgi pavērojot kādu laiku, var pamanīt, ka starp dažādos ekrānos redzamām zivtiņām pastāv cieša saikne: ja viena zivtiņa pagriežas pretskatā, tad otra tajā pašā mirklī demonstrēja savu profilu. Nezinot, ka rādīts tiek viens un tas pats akvārijs, var nodomāt, ka zivis momentāni sazinās viena ar otru. Boms apgalvo, ka līdzīgi var aplūkot arī elementārdaļiņas Aspekta eksperimentā.

Pēc Boma atzinuma, eksistē no mums slēpts daudz dziļāks realitātes līmenis. Pēc analogijas ar akvāriju mēs daļiņas nošķirtas redzam tikai tāpēc, ka vērojama tikai daļa īstenības. Bet, ja daļiņu savrupība ir tikai kāda vienotā veseluma radīta ilūzija, tātad daudz dziļākā līmenī visi priekšmeti pasaulē ir bezgalīgi savstarpēji saistīti. Elektroni viena cilvēka organisma atomos ir saistīti ne tikai ar analogiskām daļiņām citos cilvēkos, bet arī ar kaut kur tuksnesī klīstoša kamieļa daļiņām. Turklāt šīs pašas elementārdaļiņas nosaka mūsu radniecību gan ar jebkuru ceļmalas akmeni, gan pašu tālāko zvaigzni.

Hologrāfijas pasaulē laiks un telpa nevar tikt ņemts par pamatu: šiem raksturojumiem Visumā, kur nekas nepastāv atdalīti cits no cita, vienkārši nav jēgas. Laiks un trīs dimensiju telpa (gluži kā zivtiņu attēli ekrānos) ir tikai projekcijas. No šāda skata punkta realitāte ir nekas cits kā superhologramma, kurā pagātne, tagadne un nākotne eksistē ķermenī.

Cilvēks dzimis laimei

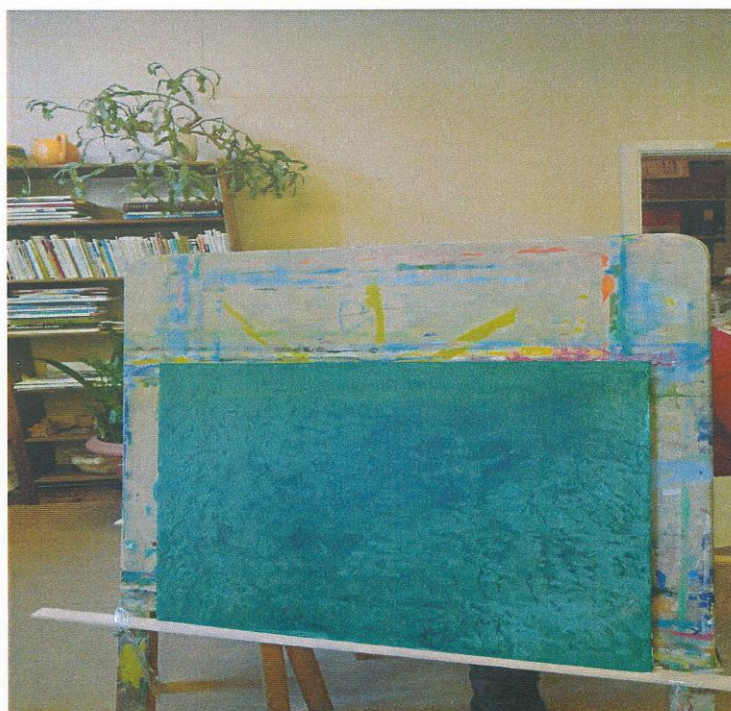
Šis apgalvojums ir jaunā laikmeta virzošā formula. Lai arī daudzas autoritātes to deklarējušas jau iepriekšējā laikmetā, ideja tā arī palika nerealizēta, jo tolaik informatīvajā energotelpā dominēja *ieraksts*, ka šķīstīšanas nāk caur ciešanām. Esot laimīgs un harmonijā ar sevi un visu apkārtējo, veidojot pozitīvas domformas, kas atspoguļojas informatīvajā energolaukā, cilvēks ir spējīgs veidot pasauli labāku. Kļūt laimīgam nozīmē kļūt brīvam.

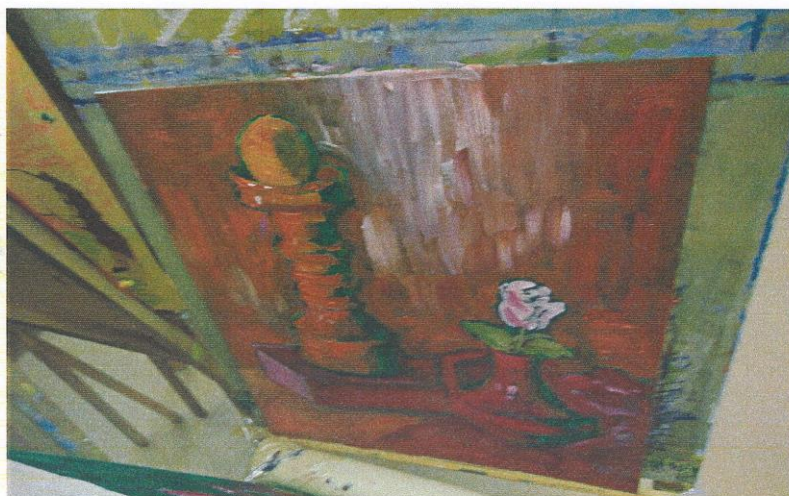
Kā iemanot šo Brīvību? Ir vienkārši jāapstājas, jāpaceļ acis un jāpadomā, kas mēs esam un kāpēc dzīvojam šajā pasaulē. Jāsaprot un jāizjūt, ka esamniecīga kosmisko putekļu daļiņa un tātad - arī milzīgā Visuma daļiņa, kas var un grib palīdzēt. Uzmanīgāk jāieskatās apkārtējā pasaulē un jācenšas ieraudzīt Zīmes, ko sūta Liktenis. Tā var būt nejauši paņemta grāmata vai kāds nejauši sastapts cilvēks, kurš pēkšņi pasaka tieši tos vārdus, kurus tik ļoti tos vārdus, kurus tik ļoti sen gribējās sadzirdēt. Zīmes var atnākt sapņos, un tās var raidīt paša intuīcija. Tikai jāiemācās tās ieraudzīt, saklausīt un saprast, un tad katrs solis tiks sperts pareizajā virzienā.

Izmantotie literatūras avoti

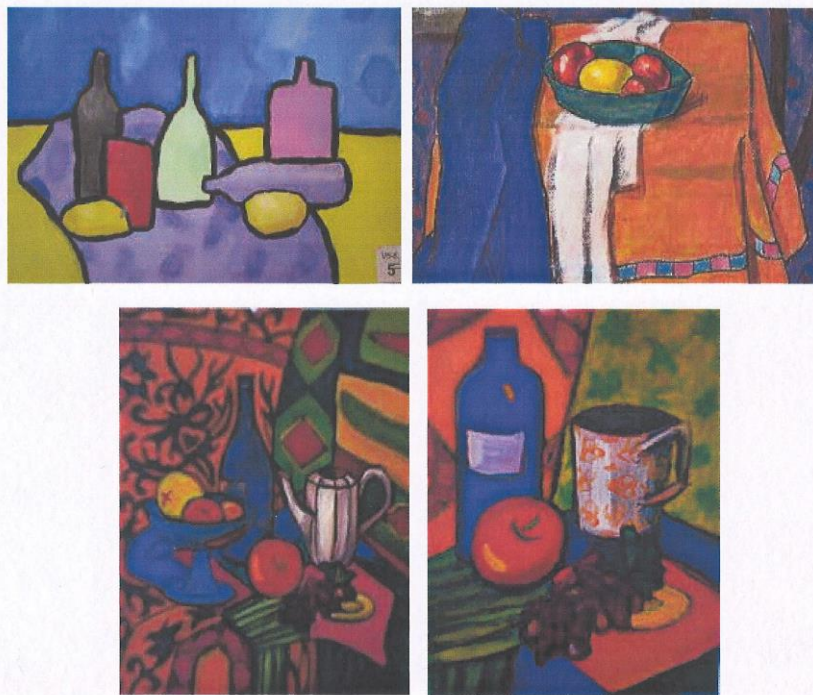
1. Maikls Nūtons „Dvēseļu ceļojums”, A&A VISION, 325 lpp., 2016
2. Šakti Gavaina „Radošā iztēle”, Preses nams, 119 lpp., 1996
3. Hībnere V. Bērna vizuālā darbība; I daļa. – R.: RaKa, 1998.
4. Nucho A.O., Vidnere M. Iztēles psiholoģija. – R.: Izdevniecība AGB, 2000.
5. Žurnāls „Astroloģija”
6. „Patiesā dzīve”, 09.10.2020., 44. - 46.lpp.
7. Žurnāls „Santa”

Pielikumi





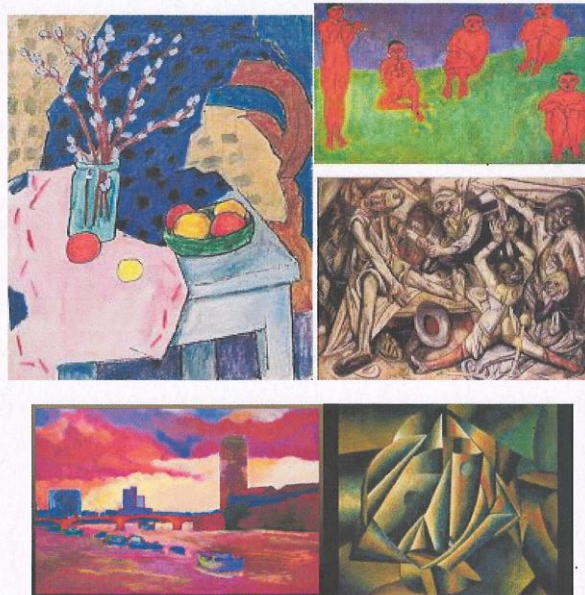
Fovisms Klusā daba



Fovisms Ainava



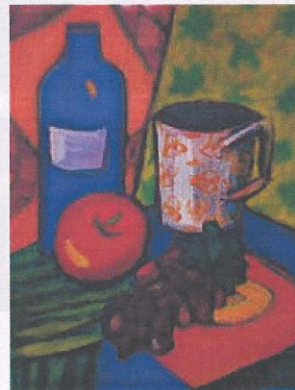
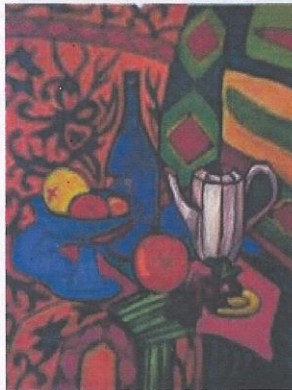
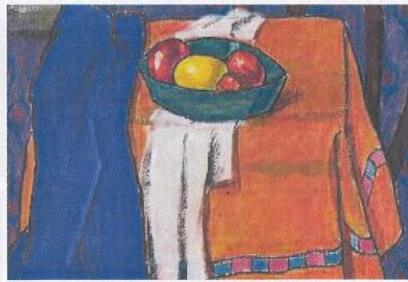
Fovisms Latvijā



Fovisms Anrī Matiss

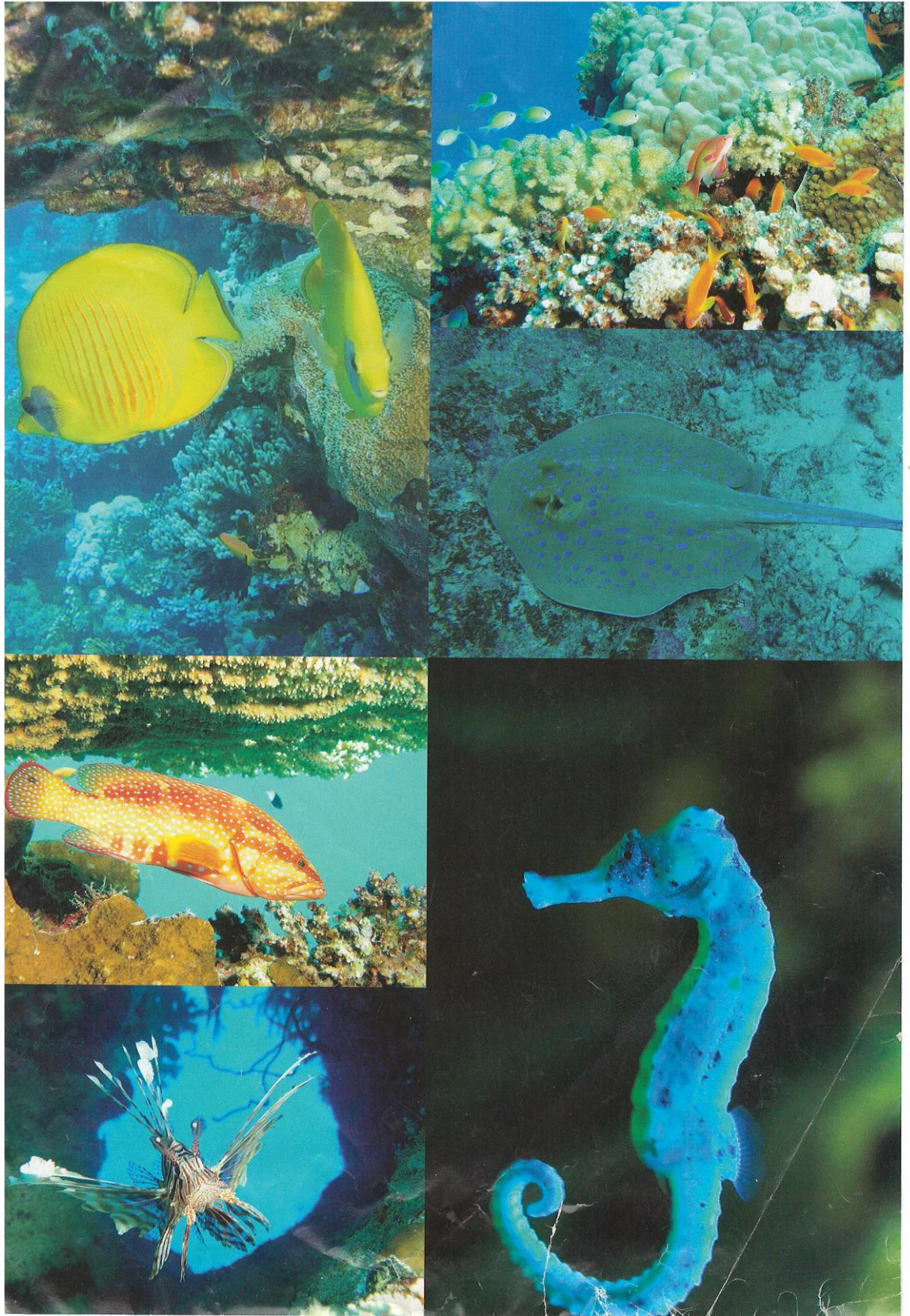


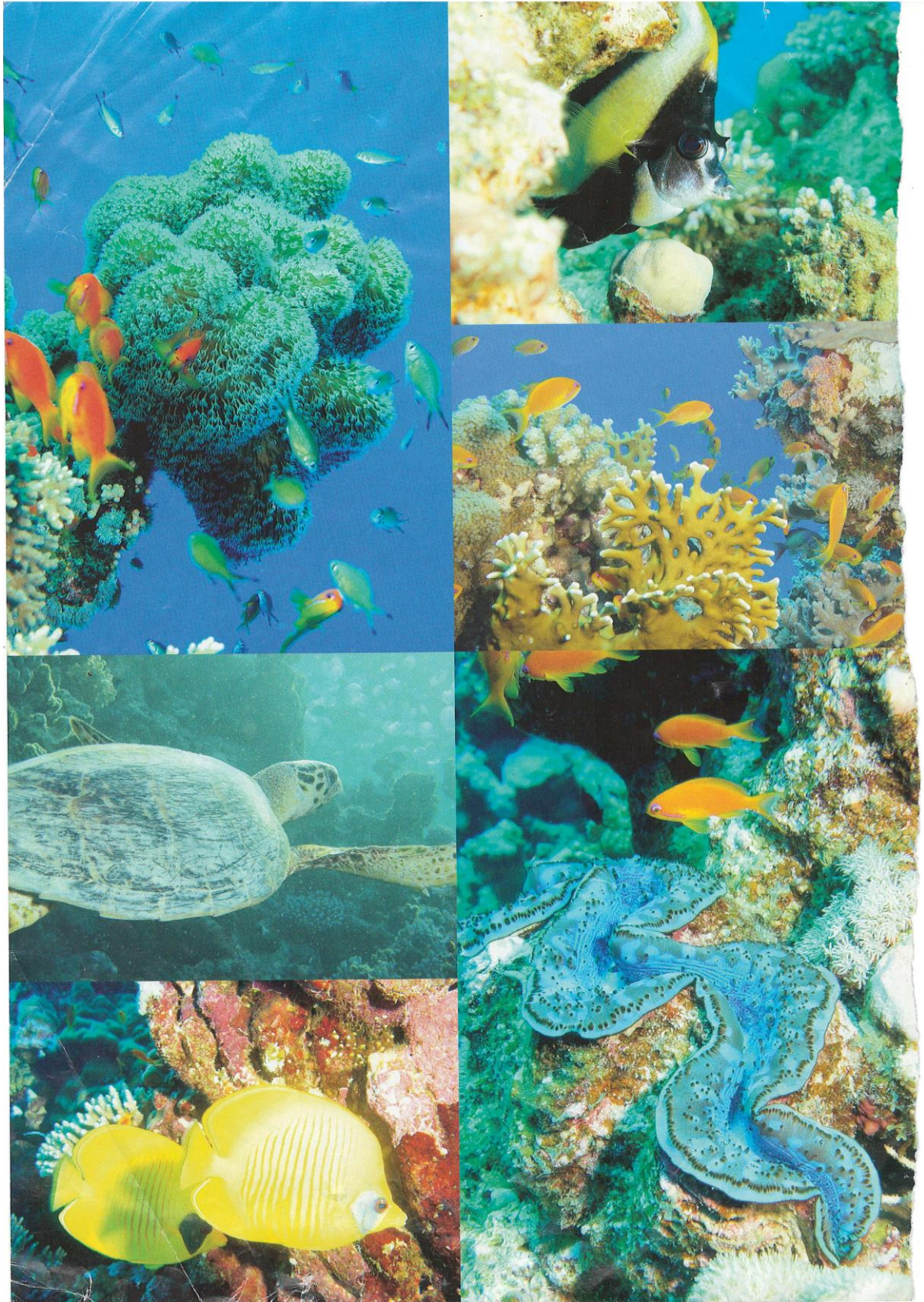
Fovisms Klusā daba



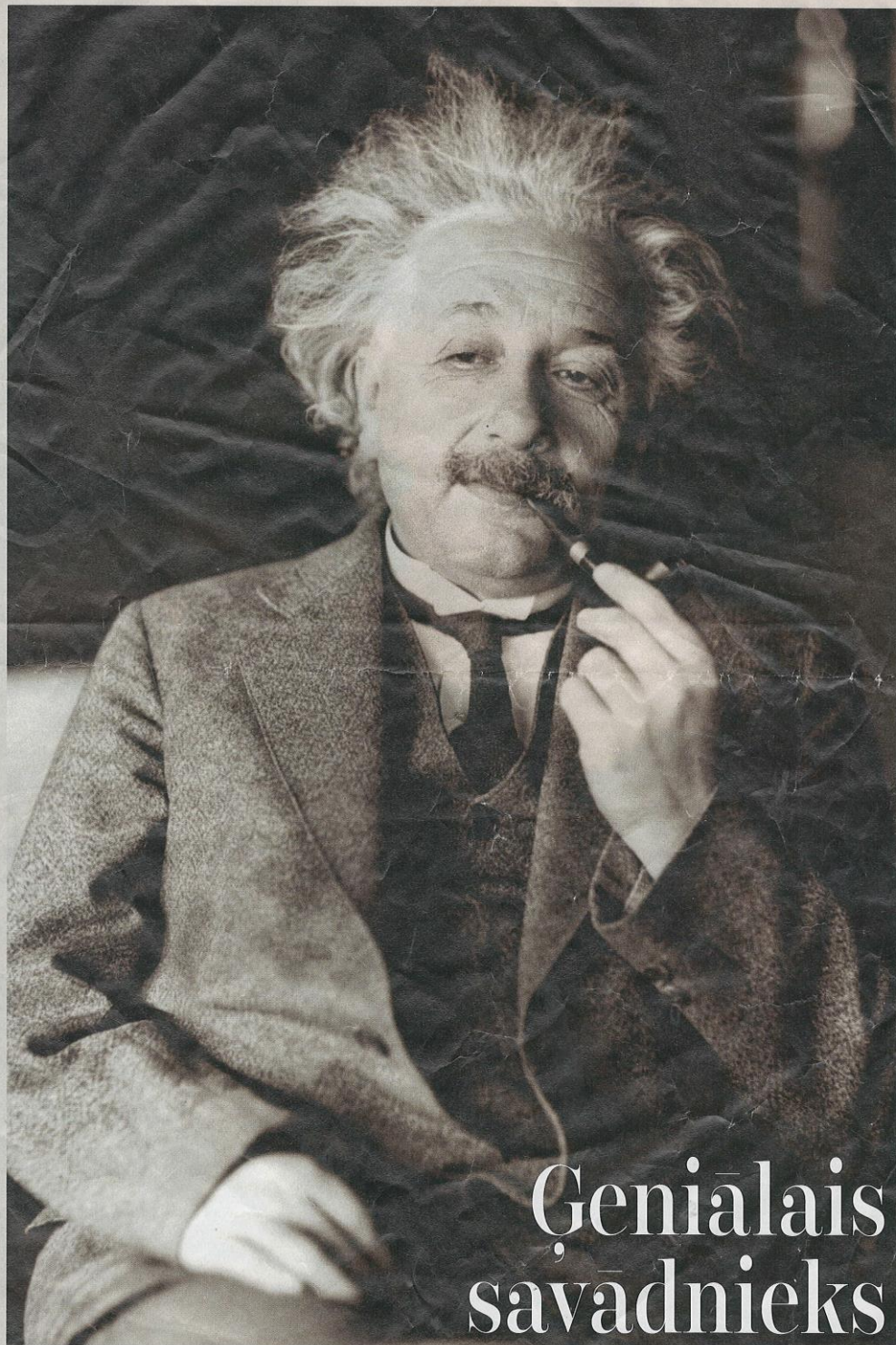
Fovisms Ainava







LEĢENDA **Alberts Einšteins**



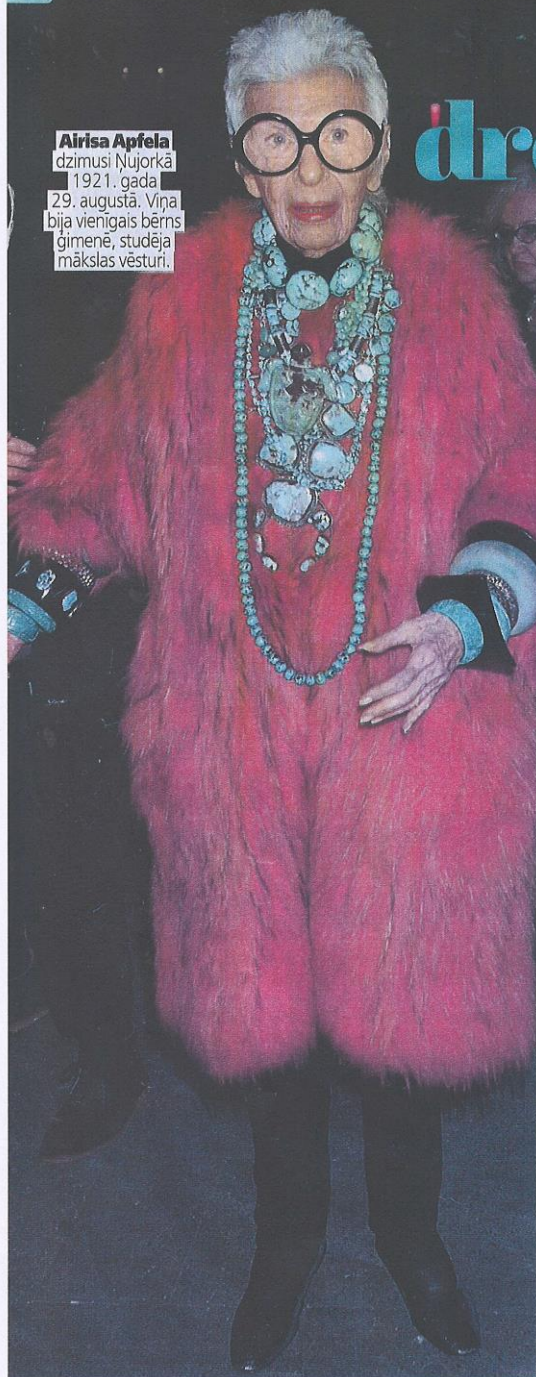
Ģeniālais
savādnieks

44 PATIESĀ DZĪVE 09/10 2020



Kam nav 100, tie var: drosmīgā Airis

Airisa Apfela
dzimusi Ņujorkā
1921. gada
29. augustā. Viņa
bija vienīgais bērns
ģimenē, studēja
mākslas vēsturi.



Ja man jautātu, kādā izskatā es vēlētos nomirt, neapdomājoties atbildētu: kā Airisa Apfela. Pašlaik viņai ir tikai 99 gadi. Airisa par simtgadnieci kļūs šī gada 29. augustā. Viņa ir stila ikona, Airisas krāsainie tērpi, izteiksmīgie okulāri, uzkrītošās rotaslietas un dzīvesvietas interjers sajūsmina, pārsteidz, šokē. Viņa nebīstas apvienot lētu šiku un dārgas mantas. Turklāt viņa neklūst vulgāra, pat kombinējot it kā nesaderīgas lietas. Viņa apgalvo, ka viss ir iespējams, un ar savu dzīvi pauž – tā ir.

Vīnas vārds – noteicošais

Kādā šovā, kurā iesācējiem, nezināmiem modes māksliniekiem bija jārada tērpi no dažādiem materiāliem, žūrija bija arī Airisa Apfela. Vajadzēja redzēt, kādā sajūsmā bija šova dalībnieki, ar kādu bijību un neslēptu dievināšanu viņi reaģēja, kad ieraudzīja šo modes ikonu. Viņa sēdēja krēslā, smaidīja nedaudz stingu smaidu un labsirdīgi vēroja. Kad pārējie

žūrijas dalībnieki vērtēja kādu kleitu un sāka bārstīt piezīmes – ak, siluets aizgūts no nepareizā gadsimta nepareizajiem gadiem, tagad tāds nav modē, viņa mierīgi pateica: «Bet es gan tādu labprāt vilktu.» Un ar nesatricināmu ironiju piebilda: «Manā vecumā tikai rokas vajadzētu noslēpt, vairs nav tik glītas...» Kleitas autoram pārējo žūrētāju viedoklis bija vienaldzīgs, viņam eksistēja tikai Airisas teiktais: «Es gan tādu labprāt vilktu.»

Airisas ieteikumi

Šis piemērs raksturo Airisas Apfelas attieksmi pret modi un sevi. Vīnas stils ir neatkārtojams un īpašs. Viņai piemīt pašcieņa, viņa nav senila, un viņas joki nav sekli. Ja cilvēks ir pašironisks – un Apfela tāda ir –, tas liecina par inteligenci.

Airisa iesaka vispirms iepazīt sevi un tikai tad sākt veidot individuālo stilu. Te nu vietā ir atbilde uz jautājumu: «Kas es esmu?» Viņa stingri norāda, ka nevajag klausīt citu padomiem, arī ne vīnas, jo tad tas vairs nebūs tieši tavs unikālais stils. Viņa uzskata, ka katram cilvēkam gēnos ielikta viņa stila izjūta un neviens stilists to nevar pārveidot.

Pēc Airisas uzskatiem, stils ir attieksme, un tikai. Nevis dārgas mantas, nevis stilistu izveidota

garderobe, bet attieksme. Viņa nekautrējas atzities, ka var uzlikt ļoti lētu rokassprādzi un nēsāt to ar tādu lepnumu, it kā rota maksātu miljonus. Airisa atgādina: jo saspringtāks būsi, jo slīstāk izskatīsies, lai kas būtu mugurā. Bet ar pārliecību – skatieties, te es esmu! – var panākt, ka cilvēki uz tevi skatīsies ar prieku un izturēsies labvēlīgi. Nu, varbūt arī dievinoši...

Viņa gērbjas sev par prieku, un viņu neinteresē, ko teiks citi. Viņa iesaka riskēt, uzvilkt apģērbu, kas piesaista uzmanību. Kāpēc ne? Pati uz mēles kāpusi ar spieķīti un sirmos matus nekrāso. Un iesaka nepārdzīvot par kļūdām, kad gadījies misēklis, kombinējot drēbes. Jo tas ir tikai apģērbs.

Vēl viņa uzsver: gadi nenozīmē spriedumu!

Sekotāju netrūkst

Sociālajos tīklos ir izveidotas Airisas sekotāju grupas. Sievie-

tes nevis atdarina Apfelu, bet iedvesmojas tērpties krāšņi un,



Airisa's firmas zīme ir milzīgās apaļās brilles, kažoki, lielas, izteiksmīgas, krāsainas rotaslietas.

jo vecākas, jo vairāk uzdrīkstas. Jaunām meitenēm šajās Airisa fanu grupās nav ko darīt. Savukārt sievietes nobriedušā vecumā par savu stilu un uzdrīkstēšanos a la Apfelu saņem komplimentus un uzslavas. Viņa iedvesmo pārkāpt noteikumus, bet diez vai sevi

uzskatītu par modes pasaules dumpinieci. Airisa gan sacījusi, ka viņai patīk darīt lietas tā, it kā spēlētu džezu: pamēģini tā, pamēģini citādāk...

Viņa smejas: ja viņas dzīvētu būtu noteikumi, tad tos pārkāptu, jo ievērot noteikumus ir laika tērēšana.

Romantisks mīlas stāsts

Iedvesmojošs ir arī Apfelu mīlas stāsts. Airisa un Karls kopā bija gandrīz 70 gadus un spēja saglabāt romantiku. Kad abi iepazinās, Karls novērtēja jaunās dāmas humora izjūtu. Viņi apprecējās 1948. gadā. Apfelu atzinās, ka nekad nav vēlējusies kāzas, drīzāk gribējusi no tām aizbēgt. Oficiālu laulību ceremoniju vēlējusies viņas vecāki un vecvecāki.

Apfeliem bērnu nebija, tas bija pārdomāts un abpusēji akceptēts lēmums. Airisa neslēpa, ka nebūs tipiska mājsaimniece, kura visu brīvo laiku veltīs bērniem, vīram un virtuvei. Viņa gribēja savu karjeru. Karls piekrita. Abi darbojās savā tekstilrūpniecības uzņēmumā. Airisa vadīja vairākus restaurācijas projektus Baltajā namā Vašingtonā Trumena, Eizenhauera, Kenedija, Niksona, Forda, Reigana, Klintonu u.c. prezidentūras laikā...

Slavena pret savu gribu

Starp citu, Airisa uzsverusi, ka viņa kā praktiska sieviete

Airisa un Karls daudz ceļoja, pirkā interjera priekšmetus, aksesuārus, mākslas priekšmetus gan sev, gan biznesa vajadzībām. Vēlāk tie nodevēja... Airisa bija veiksmīga biznesa sieviete. Tikai 83 gadu vecumā viņa devās pensijā, proti, teica ardīevas savam interjera dizaineres darbam.

Karls allaž priecājies par sievas radošumu, viņš nekad nav zinājis, kas notiks un ko Airisa atkal izstrādās. Viņš šo laulību dēvēja par krāsainu. Vēl 100 gadu vecumā Karls filmējās dokumentālajā filmā «Airisa» un atzinās, ka ir daudz lietu, ko grib izdarīt kopā ar sievu. Viņš aizgāja mūžībā trīs dienas pirms savas 101. dzimšanas dienas – 2015. gada 1. augustā. Karlam esot bijis gredzens, ko viņš nekad nav vilcis nost no pirksta. Divas dienas pirms viņa nāves gredzens nokritis.

vēlējās, lai kāzu kleita būtu veikama arī pēc tam. Nosmeja:



ja dzīvē uzskatīja pietiekami ilgi, tad varot sagaidīt, ka mode atgriežas un var vilkt vecās drēbes. Arī kāzu kurpes viņa nav izmetusi.

Par tērpu modeli Airisa kļuva nejauši. Kostīmu institūts sadarbībā ar Metropolitēna Mākslas muzeju 2005. gadā uzaicināja viņu izstādīt privāto aksesuāru un apģērba kolekciju. Kāda cita izstāde bija izjukusi, vajadzēja ātri atrast aizvietotāju, turklāt – ar stāstu un ātri sagatavojamu. Airisa piekrita. Pēc tam par viņu uzzināja laikam jau visā

pasaulē, kaut arī Airisa apgalvojusi, ka nekad nav tiekusies publiski izrādīties.

O, Airisa ikoniskie brīļi rāmji, kažokādas, rakstainie mēteļi, bižutērija – tas viss tika nodots skatītāju vērtējumam. Airisa prasme kombinēt sajūsmīnāja. Viņa spēja saredzēt apģērba un aksesuāru izmantojumu citādā kā akadēmiski mācītie stilisti. Un Airisa arī savu Karlu ģērba krāsaini – pat 90 gadu vecumā viņš bija modīgs kungs ar raga brillēm, oranžās biksēs, sarkanā beisbola cepurē ar apzeltītiem akcentiem.















